Управление образования администрации муниципального образования Тимашевский район

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида №24

муниципального образования Тимашевский район

**Технология работы по теме:**

**«Выявление и коррекция тревожного состояния, связанного с наличием страхов у детей дошкольного возраста»**

Таенкова Светлана Васильевна,

педагог-психолог МБДОУ д/с №24

Тимашевск

2017

**1. Актуальность:**

В дошкольном возрасте у детей очень часто проявляются страхи. Детские страхи в той или иной степени обусловлены возрастными особенностями и имеют временный характер. Однако те детские страхи, которые сохраняются длительное время и тяжело переживаются ребёнком, говорит о нервной ослабленности малыша, неправильном поведении родителей, конфликтных отношениях в семье и в целом являются признаком неблагополучия. Большинство причин, как отмечают психологи, лежат в области семейных отношений, таких как попустительство, непоследовательность в воспитании, отрицательное или слишком требовательное отношение к ребёнку, которое порождает в нём тревогу и затем формирует враждебность к миру.

Психика ребенка отличается обостренной восприимчивостью, ранимостью, неспособностью противостоять неблагоприятным воздействиям. Невротические страхи появляются в результате длительных и неразрешимых переживаний или острых психических потрясений, часто на фоне болезненного перенапряжения нервных процессов. Поэтому невротические страхи требуют особого внимания психологов, педагогов и родителей, так как при наличии таких страхов ребенок становится скованным, напряженным. Его поведение характеризуется пассивностью, развивается аффек­тивная замкнутость. В связи с этим остро встает вопрос ранней диаг­ностики невротических страхов.

Страхи, эмоциональные нарушения поддаются коррекции и без последствий проходят у детей до десяти лет. Поэтому чрезвычайно важно своевременно принять меры по преодолению фобий у ребёнка. А так как с вопросами по коррекции детских страхов обращались педагоги и родители, была разработана данная технология.

**2. Основной целью образовательной программы МДОУ № 24 является** проектирование социальных ситуаций развития ребенка и развивающей предметно-пространственной среды, обеспечивающих позитивную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности детей через общение, игру, познавательно-исследовательскую деятельность и другие формы активности. Такая постановка цели соотносится с требованиями ФГОС. Преодоление страхов является одним из факторов эффективного индивидуального развития ребенка.

**3. Цель технологии**:

Создание благоприятных условий для формирования у дошкольников умений и навыков управления собственным эмоциональным состоянием.

**4.Задачи:**

Для достижения цели выделены следующие задачи:

1. Снизить уровень тревожности ко всему новому и неизвестному.

2. Снизить уровень тревожности в отношении прошлых переживаний чувства страха.

3. Сформировать у дошкольников психоэмоциональную устойчивость к стрессовым факторам.

1. Сформировать навыки саморегуляции.
2. Снизить уровень проявления психосоматики.

**5. Теоретическая база для разработки технологии:**

* Нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность педагога-психолога в системе образования, определяющими приоритетные направления, являются: Конвенция ООН о правах ребенка; Конституция Российской Федерации; Закон Российской Федерации «Об образовании», Президентская программа «Дети России», Федеральный Закон «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних», Типовое положение «Об образовательном учреждении для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи», утвержденное постановлением Правительства РФ от 31.07.1998 г. № 867, Положение «О службе практической психологии в системе Министерства образования Российской Федерации», утвержденное приказом Минобразования России от 22.10.1999 г. № 636, Закон Краснодарского края «Об образовании» от 22.12.2004 г. № 828-КЗ, Закон Краснодарского края от 21.07.2008г. № 1539-КЗ «О мерах по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних в Краснодарском крае»**,** Положение о психолого-социально-педагогической службе образования Тимашевского района.
* В научно – методической основе, для разработки технологии, использовались научные труды многих известных педагогов, психологов и физиологов: классификация страхов (А.И. Захарова, М.И. Буянов, Ф.Е. Василюк, В.К. Вилюнас, В.Е. Каган); концепция биологических и социальных аспектов влияющих на проявление чувств страха (Ю.А. Неймер, А.В.Петровский, М.Г. Ярошевский); виды страхов, стили воспитания влияющие на формирование чувств страха (Р.В. Овчарова); теория инстинкта самосохранения (физиолог И.П.Павлов); концепция «Мимика испуганного человека» (М. Литвак); описание эксперимента - реакция организма на стресс (Альберта Экса); концепция разделения на «страх в темноте» и «страх темноты» (Жан Бутонье); определение и описание состояний тревоги и страха (Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина, В.М. Астапова, А.М. Прихожан).

**6. Характеристика педагогической базы для разработки и внедрения технологии:**

1. **Материально-техническое обеспечение:**

Материально-техническое обеспечение позволяет эффективно реализовывать данную технологию. Наличие помещения для групповых и индивидуальных занятий, мультимедийная аппаратура, канцелярские товары (краски, карандаши, пластилин, цветная бумага и картон, клей). 1 магнитная доска, 1 развивающий куб, 1 мягкий диван, песочница, дополнительные атрибуты для работы с песком, куклы марионетки, мячи 6шт.,

2. **Кадровое обеспечение: 1** педагог-психолог, 1 логопед, 1 музыкальный работник, 12 воспитателей, 1 старший воспитатель.

3. **Научно-методическое обеспечение:** комплекс диагностических методик, программы, материалы для консультаций и бесед с родителями и педагогами.

**7. Критерии результативности технологии:**

Для того, чтобы определить результативность технологии, можно отметить следующие критерии эффективности:

**качественные**

* Сформированность у дошкольников первичных навыков психо-эмоцианальной устойчивости к стрессовым факторам.
* Значительное снижение тревожного состояния в отношении переживаний прошлых чувств страха.
* Значительное снижение показателей психосоматического проявления чувств страха.

**количественные**

* Повышение групповой динамики на коррекционных занятиях.
* Приобретение первичных навыков саморегуляции.
* Ребенок активно проявляет эмоцию страха в рисунке и в игре.
* Желание делиться своими переживаниями со взрослыми.
* Улучшение детско-родительских отношений

**Описание технологии:**

Представляемая технология по снижению уровня тревожности, связанного с эмоцией страха, реализуется в три этапа: диагностический, коррекционный и этап анализа.

**1 этап. Диагностический**

1. **Выявление**

Наблюдение за поведением ребенка

Высокий уровень тревожности у дошкольника

Запрос родителей, педагогов

**2. Диагностика**

Мониторинг

Опрос

Анкетирование

**2 этап. Коррекционный**

**3. Коррекция**

Драма - терапия

Сказкотерапия

Арт-терапия

Смена образа

Игра

**4. Закрепление**

Прорисовка страха

**5. Профилактика**

Рекомендация для родителей

Повышение самооценки дошкольника

Рекомендация для педагогов

**3 этап. Анализ**

На **первом этапе** реализации технологии применяется метод наблюдения с целью выявления тревожного, замкнутого поведения дошкольников:

* Наблюдение за выполнениями предложенных заданий во время проведения психологических занятий.
* Наблюдение за дошкольниками во время свободной игры со сверстниками.

Далее проводится комплексная диагностика дошкольников с целью подтверждения или опровержения наличия страхов:

* Опрос родителей.
* Анкетирование педагогов.
* Методики на выявление уровня тревожности у дошкольника.
* *Методика: "Паровозик".*

Цель проведения: методика позволяет определить особенности эмоционального состояния ребёнка: нормальное или пониженное настроение, состояния тревоги, страха, удовлетворительную или низкую адаптацию в новой или привычной социальной среде.

Данная методика позволяет определить степени позитивного (ППС) и негативного (НПС) психического состояния. Применяется индивидуально с детьми с 2,5 лет.

* *«Опрос детей».*

Цель: выявление количества и группы детских страхов.

Этот метод позволяет определить, какие страхи преобладают, с чем это связано, интенсивность переживания.

Второй этап направлен на осуществление коррекционной работы с детьми, у которых было выявлено наличие страхов. Он реализуется через программу профилактики страхов в индивидуальных и групповых занятиях, консультации педагогов и родителей.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ №****пп/п** | **Тема** | **Цель** |
| 11 | **Арт – терапия:***«Нарисуй свой страх»* | Цель: преодоление тревоги, страха посредством графического изображения своего страха.Этот метод помогает снять у детей старшего дошкольного возраста ощущения постоянной угрозы, исходящей от окружающего мира. |
| 22 | *«Одолей свой нарисованный страх».* | Цель: помочь ребенку преодолеть эмоциональный барьер, применив, волевые усилия.Этот метод позволяет снизить уровень тревожности по отношению к страхам и к ожиданию их реализации. |
| 33 | **Сказкотерапевтические методы: вербализация страха (сказки, рассказы, страшные истории).***«Сочиняем сказку про страх»* | Цель: научить ребенка самостоятельно моделировать эмоциональное состояние, для преодоления своих страхов.Эта методика позволяет ребенку научиться самостоятельно моделировать эмоции направленные на преодоление своих страхов. |
| 44 | **Драма – терапия: игра со страхом.***«Мне не страшно, потому, что…..»* | Цель: помочь ребенку справиться с тревожным, психо-эмоциональным состоянием по отношению к страху.Данная методика помогает увидеть положительные и смешные образы, самостоятельно изменяя и корректируя свой рисунок страха. |
| 55 | *«Игра с масками своего нарисованного страха»* | Цель: помочь ребенку в безопасном пространстве побывать в образе страха.Этот метод помогает ребенку понять, что страхи можно приручить. |
| 66 | *«Разыграть по ролям придуманную сказку о своем страхе»* | Цель: побывать в роли страха (темноты, сказочных персонажей и т.д.).Эта методика помогает ребенку, применив волевые усилия, сыграть и прочувствовать роль своего страха, а также сменить свои тревожные ощущения на положительные эмоции |
| 77 | *«Игра с темнотой»* | Цель: помочь детям увидеть свой страх со стороны и показать образ страха, используя только жесты и мимику.Этот игровой метод помогает детям увидеть общий страх и найти положительное эмоциональное состояние в процессе игры. |
| 1. 88
 | *«Чехарда»* | Цель: снять мышечные зажимы, страх прикосновений.Данный игровой метод позволяет снять мышечные зажимы, страх прикосновений и робость у детей. |
| 1. 99
 | *«Прогулка в слепую»* | Цель: сплотить детей и помочь им выстроить доверительные отношения.Этот игровой метод позволяет сплотить детей и помочь им выстроить доверительные отношения |
| 1. 110
 | *«Какой положительной эмоцией я могу наделить свой страх?».* | Цель: в безопасном пространстве игры, наделить свой страх положительной эмоцией и сделать его более позитивным.Эта методика позволяет изменить психоэмоциональный настрой в отношении своего страха. |
| 1. 111
 | *«Мне не страшно, потому, что…..»* | Цель: закрепить положительное психоэмоциональное состояние по отношению к остаточному образу страха.Этот метод позволяет укрепить инстинкт самосохранения, основанный на частичном, но уже не критичном уровне эмоции страха |
| 1. 112
 | *«Какой положительной эмоцией я могу наделить свой страх?»* | Цель: закрепить положительный образ откорректированного страха.Данный метод помогает развить и сохранить стремление ребенка наделять страхи положительными качествами. Развивает творческое воображение. |
| 1. 113
 | *«Нарисуй положительный образ своего страха»* | Цель: закрепить положительный образ страха.Эта методика помогает закрепить положительный образ своего «страха» и сохранить благоприятный психо-эмоциональный опыт ребенка. |
| 1. 114
 | *Повышение самооценки дошкольника «Солнышко достижений»* | Цель: повысить самооценку ребенка.Этот метод позволяет снизить уровень тревожности ребенка.Методом закрепления работы с родителями является совместное занятие «родитель и ребенок» на тему: «давай поменяемся ролями» |
| 1. 115
 | *«Капризы»* | Цель: в безопасном пространстве игры создать благоприятные условия, для улучшения взаимопониманий между родителем и ребенком.Эта методика позволяет увидеть и оценить зеркальное отображение своих действий. |

Для полноценной реализации данной технологии составлена и организованна коррекционная и профилактическая работа с родителями и педагогами в виде информации рекомендованного характера: бесед, тематических консультаций на родительских собраниях и педсоветах.

Коррекционная и профилактическая работа проводится на протяжении реализации всей технологии.

*Рекомендации для родителей.*

Темы: «методы и стили воспитания», «наказания ребенка», «влияние взаимоотношений в семье на возникновение и проявления чувств страха», «психосоматические проявления чувств страха», «возрастные особенности детского развития», «рекомендации, для родителей тревожных детей», «основы формирования личности ребенка», «как воспитать уверенного в себе ребенка».

Цель: создать благоприятное психоэмоциональное состояние между родителями и детьми, улучшение детско-родительских отношений

*Рекомендации для педагогов.*

Тема: «страхи и условия их возникновений», «психосоматические проявления чувств страха», «основы формирования личности ребенка».

Цель: повысить уровень внимания к проблеме возникновения и переживания детских страхов.

**9. Эффективность технологии:**

На сегодняшний день мною реализован 1 и 2 этап технологии. Коррекционная работа в рамках технологии продолжается на протяжении трех месяцев.

На первом этапе работы было исследовано 86 детей дошкольного возраста.

Были получены следующие данные. Чаще всего дошкольники испытывают страхи: темноты, одиночества, сказочных персонажей, наказания, страшных снов, врачей и уколов. То есть ребенок чаще всего боится того, что ему непонятно и малоизвестно.

Психодиагностическое обследование показало, что 53 ребенка испытывают страх темноты, 48 детей испытывают страх одиночества, 58 детей испытывают страх сказочных персонажей, 62 ребенка испытывают страх наказания, 22 ребенка испытывают страх страшных снов, 58 детей испытывают страх врачей и уколов.

После проведенной коррекционной работы направленной на улучшение детско-родительских отношений, сближение всех членов семьи, а так же на коррекцию стилей воспитания ребенка, можно отметить положительные результаты:

Педагогический коллектив ответственно отнесся к поставленным задачам, они соблюдают составленные для них рекомендации и всячески помогают в работе, продолжая наблюдать за поведением детей и интересоваться их психическим состояниям.

По истечении трехмесячного периода коррекционной работы в рамках технологии был проведен анализ и выявлены положительные изменения: дети не избегают проявлять эмоцию страха в играх и рисунках. При разговоре о страхах дети более раскрепощены. У всех детей наблюдается снижение уровня тревожности.

По полученным данным страх темноты испытывают 32 ребенка, страх одиночества испытывают 34 ребенка, страх сказочных персонажей - 33 ребенка, страх наказания - 42 ребенка, страх страшных снов – 12 детей, страх врачей и уколов испытывают 37 детей.

Результаты мониторинга свидетельствуют, что коррекционная работа результативна и имеет положительную динамику, а именно:

21 ребенок избавились от тревожного состояния, связанного со страхом темноты, у 25 детей снизился уровень тревожности по отношению к сказочным персонажам, 21 ребенок перестали испытывать страх врачей и уколов.

На завершение коррекционной работы в рамках технологии рекомендован один год.

Технология по теме: «Изучение страхов у детей старшего дошкольного возраста» была представлена на педагогическом совете в МБДОУ № 24, принято решение о реализации данной технологии с детьми старшего дошкольного возраста.